

**UPAYA MENINGKATKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL
MELALUI TEKNIK KONSELING KELOMPOK PADA SISWA
KELAS VII B SMP NEGERI 1 PAKEM**

ARTIKEL E-JOURNAL



Oleh
Raras Pandu Respati Ningrum
NIM. 11104244027

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**


PERSETUJUAN


Artikel *e-journal* yang berjudul : **Upaya Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Melalui Teknik Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem** yang disusun oleh Raras Pandu Respati Ningrum NIM 11104244027 ini telah disetujui pembimbing untuk dipublikasikan.

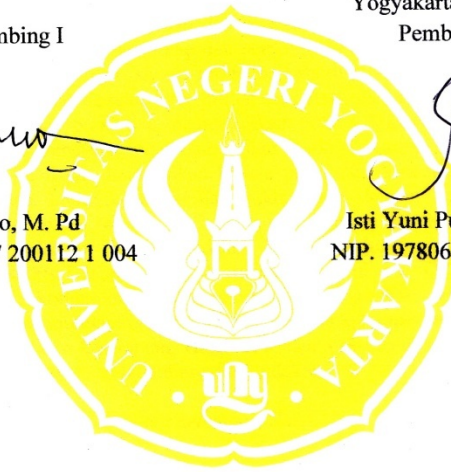
Pembimbing I

Yogyakarta, 07 Juli 2015

Pembimbing II


Sugiyatno, M. Pd
NIP. 19711227 200112 1 004


Isti Yuni Purwanti, M. Pd.
NIP. 19780622 200501 2 001



UPAYA MENINGKATKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL MELALUI TEKNIK KONSELING KELOMPOK PADA SISWA KELAS VII B SMP NEGERI 1 PAKEM

EFFORT TO IMPROVE INTERPERSONAL THROUGH GROUP COUNSELING TECHNIQUE FOR STUDENTS GRADE VII B OF SMP STATE 1 PAKEM

Oleh : Raras Pandu Respati Ningrum (11104244027), Bimbingan & Konseling Universitas Negeri Yogyakarta
rarasningrum77@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan komunikasi interpersonal pada siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem, dengan menggunakan teknik konseling kelompok. Penelitian ini termasuk jenis penelitian tindakan (*action research*) dengan menggunakan model Kemmis dan McTaggart. Subjek penelitian siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem tahun ajaran 2014/2015 yang berjumlah 8 siswa. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus dan setiap siklus memiliki empat komponen tindakan yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Teknik pengumpulan data menggunakan skala, observasi, dan wawancara. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala *pre-test* dan *post-test*, lembar observasi sikap dan perilaku siswa, lembar observasi siswa terkait topik yang dibahas, dan pedoman wawancara dengan siswa. Indikator keberhasilan yang ditetapkan adalah 6 (70%) siswa mampu berkomunikasi interpersonal dengan baik dilihat dari hasil skala yang disebar dan diperkuat oleh data observasi serta wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dapat meningkatkan komunikasi interpersonal siswa. Penelitian dilakukan dalam 2 siklus yang masing-masing terdiri atas 4 tindakan. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling kelompok dapat meningkatkan komunikasi interpersonal siswa. Peningkatan ini dapat dibuktikan dengan skor rata-rata *pre-test* sebesar 69,7 dengan presentase 58,1%, *post-test* I sebesar 83,7 dengan presentase 69,8%, *post-test* II sebesar 97,9 dengan presentase 81,6%. Hasil uji *wilcoxon* data pratindakan dengan siklus I menunjukkan nilai $Z=-2,524$ dengan $p=0,012$, sedangkan uji data siklus I dengan siklus II menunjukkan nilai $Z=-2,533$ dengan $p=0,011$. Nilai $p<0,05$ berarti bahwa ada perbedaan komunikasi interpersonal yang signifikan setelah tindakan. Proses konseling kelompok dari hasil observasi menunjukkan interaksi antar anggota kelompok sudah mulai mampu terbuka, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan. Hasil wawancara diperoleh kesimpulan bahwa siswa mengalami peningkatan komunikasi interpersonal setelah pemberian tindakan.

Kata kunci: *komunikasi interpersonal, konseling kelompok, SMP*

Abstract

This research to improve interpersonal communication in class VII B Junior High School State 1 Pakem, using the technique of group counseling. This research includes action research using models Kemmis and McTaggart. The subject of research students of class VII B Junior High School State 1 Pakem academic year 2014/2015, amounts to 8 students. This study was conducted in two cycles and each cycle has four components, namely action planning, action, observation, and reflection. Data collection technique used scale, observation, and interviews. The research instrument used was a scale pre-test and post-test, the observation sheet attitudes and behavior of students, student observation sheet related to the topics discussed, and guidelines for interviews with students. Defined indicators of success is 6 (70%) students were able to communicate well interpersonal seen from the results scale disseminated and reinforced by the observation data and interviews. The results showed that group counseling can improve students' interpersonal communication. Research was conducted in two cycles each consisting of four acts. Based on these results it can be concluded that the application of group counseling can improve students' interpersonal communication. This increase can be evidenced by an average score 69.7 of pre-test with a percentage of 58.1%, post-test I amounted to 83.7 with a percentage 69.8%, post-test II amounted to 97.9 with a percentage of 81.6%. Wilcoxon pretest result data with cycle I showed the value of $Z=-2,524$ with $p=0.012$, while testing the data cycle I cycle II shows the value of $Z=-2,533$ with $p=0.011$. The $p<0.05$ means there are significant differences in interpersonal communication after the action. Group counseling process from the observation shows the interaction between members of the group has begun openness, empathy, supportiveness, positiveness, and equality. Results of the interview is concluded that the students had increased interpersonal communication after the action.

Keywords: *interpersonal communication, group counseling, Junior High School*

PENDAHULUAN

Individu tidak dapat terlepas dari aktivitas komunikasi, dikarenakan individu membutuhkan dan senantiasa berusaha membuka serta menjalin komunikasi atau hubungan dengan sesamanya (Supratiknya, 1995: 9). Hal ini dikarenakan dalam kehidupan sehari-hari kita senantiasa memerlukan orang lain dalam upaya memenuhi kebutuhan sehari-hari kita.

Individu memiliki sejumlah kebutuhan yang hanya dapat dipenuhi melalui berkomunikasi dengan sesamanya. Individu berkomunikasi karena memerlukan oranglain untuk saling mengisi kekurangan dan membagi kelebihan, terlihat dalam proses yang relatif tetap dan ingin menciptakan hubungan baru, setiap melakukan komunikasi bukan hanya menyampaikan isi pesan tetapi juga menentukan tingkat hubungan interpersonal.

Kualitas hidup setiap individu sangat bergantung pada kualitas dan kemampuan dalam berkomunikasi. Kegiatan komunikasi memiliki istilah komunikasi dua arah atau komunikasi timbal balik, serta komunikasi memiliki efek yang cepat diketahui, seperti dalam kegiatan komunikasi dua arah ini informasi yang disampaikan oleh komunikator dapat berubah menjadi sesuatu yang baru karena peran aktif komunikan sehingga terjadi kesepakatan apabila sepaham dan sebaliknya akan menjadi konflik jika tidak sepaham. Komunikasi yang dimaksud adalah komunikasi interpersonal (Suranto Aw, 2011: 212).

Individu berkomunikasi setiap harinya untuk mengetahui gejala yang terjadi di lingkungannya.

Hubungan interpersonal yang berkelanjutan dan terus menerus akan memberikan semangat, saling merespon tanpa adanya manipulasi, tidak hanya tentang menang atau kalah dalam berargumentasi melainkan tentang pengertian dan penerimaan dengan sesamanya di masyarakat. Komunikasi interpersonal dengan orang lain yang terlalu sering bukan hanya menumbuhkan sikap positif, tetapi sikap negatif pun dapat muncul, seperti rasa curiga (Jalaluddin Rakhmat, 2003:129).

Pada kenyataannya dalam kehidupan sehari-hari sering dijumpai berbagai konflik dan perbedaan yang timbul disebabkan adanya kesalahfahaman dalam berkomunikasi. Salah satu sumber penyebab kesalahfahaman dalam komunikasi adalah cara penerima menangkap suatu pesan berbeda dengan yang dimaksud oleh pengirim, karena pengirim gagal mengkomunikasikan maksudnya dengan tepat dan dapat menyebabkan seseorang menjadi terisolasi (Supratiknya, 1995: 34). Akibat keterisolasian ini dikhawatirkan dapat menimbulkan berbagai permasalahan dalam komunikasi, seperti kesulitan mengkomunikasikan perasaan secara efektif.

Supratiknya (1995: 50) mengungkapkan bahwa salah satu segi yang paling membahagiakan dalam berkomunikasi dengan orang lain adalah kesempatan untuk saling berbagi perasaan. Perasaan dapat menciptakan dan mempertahankan persahabatan yang intim dengan sesama. Komunikasi interpersonal membutuhkan dua sikap, yaitu keterbukaan dan kejujuran (Supratiknya, 1995: 50). Pada kenyataannya sikap tertutup dari setiap personal sering digunakan dalam berkomunikasi interpersonal, yaitu terlalu menjaga perasaan lawan bicara dengan mengabaikan perasaannya sendiri atau berbicara secara terbuka

berlebihan tanpa memandang perasaan lawan bicara. Individu yang mengalami kesulitan untuk mengungkapkan perasaannya dan memendamnya dalam hati sehingga menjadi tertekan batinnya. Hal tersebut yang sering menyebabkan proses komunikasi interpersonal menjadi rendah.

Menurut Johnson (dalam Supratiknya 1995: 52) terdapat beberapa akibat yang akan timbul apabila perasaan tidak dikomunikasikan secara baik, yaitu dapat menciptakan berbagai masalah dalam hubungan interpersonal, dapat menyulitkan dalam memahami dan mengatasi berbagai masalah yang timbul dalam hubungan interpersonal, dapat meningkatkan kecenderungan untuk melakukan persepsi secara selektif, dapat menimbulkan distorsi atau penyimpangan dalam penilaian, dan dalam pengungkapan perasaan yang tidak efektif justru tersirat tuntutan-tuntutan tertentu.

Komunikasi interpersonal yang baik dalam lingkungan sekolah berperan besar dalam membantu optimalisasi potensi siswa, dan dapat digunakan sebagai sarana dalam membantu siswa mengatasi permasalahan yang muncul mengganggu kehidupan sehari-harinya. Komunikasi interpersonal yang terjalin dengan baik antar komponen sekolah dapat menciptakan hubungan yang hangat, dan nyaman dalam kesehariannya, serta dapat menciptakan suasana kekeluargaan antar anggota sekolah. Siswa merupakan bagian dari masyarakat yang dituntut dapat berkomunikasi dengan orang lain di lingkungan dimana siswa berinteraksi. Lingkungan yang dimaksud adalah sekolah.

Siswa usia SMP kebanyakan termasuk dalam kategori usia remaja awal dan merupakan masa yang penuh dengan pencarian jati diri. Menurut Hurlock (1997: 200), “awal masa remaja berlangsung kira-kira dari usia 13 tahun sampai 16 atau 17 tahun dan akhir masa remaja mulai dari usia 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun”.

Dalam hal ini siswa SMP rata-rata dikategorikan sebagai anak usia pra pubertas. Tanda-tanda tertier dari masa ini antara lain biasanya diwujudkan dalam perubahan sikap dan perilaku, contoh adanya perubahan mimik saat berbicara, cara berpenampilan, bahasa yang diucapkan, aktingnya, dan lain-lain.

Komunikasi interpersonal siswa yang rendah dapat menyebabkan dampak negatif di lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan guru bimbingan dan konseling dan guru mata pelajaran mendapatkan hasil bahwa banyak siswa yang memiliki komunikasi interpersonal yang rendah dan menyebabkan perkelahian serta permusuhan antar siswa di SMP Negeri 1 Pakem. Siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem banyak memiliki siswa mengalami masalah dalam komunikasi interpersonal. Hal ini didasarkan pada hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada guru dan siswa yang diperoleh hasil bahwa komunikasi interpersonal siswa kelas VII B di SMP Negeri 1 Pakem, yaitu ketidakmampuan dalam mengekspresikan perasaannya seperti berbicara dengan suarayang keras sehingga mengganggu kenyamanan teman yang lain, membicarakan hal yang tidak pantas dibicarakan, saling mencela, dan saling melemparkan tatapan mata yang membuat orang lain emosi. Hal tersebut mengakibatkan suasana kelas menjadi gaduh saat pelajaran sehingga menyebabkan proses belajar mengajar pun menjadi tidak efektif, namun ketika berdiskusi atau diminta untuk memberikan pendapat siswa cenderung diam dan tidak mengeluarkan pendapatnya. Kesulitan siswa dalam mengeluarkan pendapatnya dan mengungkapkan

perasaannya dikarenakan siswa tersebut kurang terampil dalam berkomunikasi dengan orang lain.

Dampak yang muncul dari kegiatan komunikasi interpersonal yang rendah adalah sulitnya mengungkapkan perasaan siswa terhadap siswa lainnya ataupun terhadap guru mengenai permasalahan yang sedang dihadapinya, keengganan dalam melakukan interaksi komunikasi dalam kegiatan pembelajaran, munculnya sikap minder, dan sering terjadi konflik antarsiswa di SMP Negeri 1 Pakem. Peristiwa yang terakhir terjadi adalah perkelahian siswa kelas VII B dikarenakan saling ejek dan mencela satu sama lain. Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial kelas mengalami komunikasi interpersonal yang rendah. Menurut pengakuan beberapa guru dan siswa, hal tersebut sangat mengganggu dan perlu untuk dicari penyelesaiannya.

Jumlah siswa yang banyak dan kompleksnya masalah yang dihadapi siswa kelas VII B di SMP Negeri 1 Pakem diperlukan penanganan bimbingan dan konseling. Bimbingan konseling terbagi menjadi bimbingan dan konseling, dibutuhkan proses konseling dalam peningkatan komunikasi interpersonal. Jumlah siswa yang mengalami komunikasi interpersonal yang rendah cukup banyak dan memiliki kesamaan dalam permasalahan yang dihadapi, maka dibutuhkannya konseling kelompok.

Layanan konseling kelompok diartikan sebagai suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan, pribadi dan atau pemecahan masalah yang menjadi peserta kegiatan kelompok (Prayitno, 2004: 1).

Menurut Robert L. Gibson dan Marianne H. Mitchell (2011: 52) konseling kelompok adalah pengalaman-pengalaman perkembangan dan penyesuaian rutin yang disediakan dalam lingkup kelompok. Konseling kelompok berfokus pada mengatasi penyesuaian diri di kehidupan sehari-hari

dan menjaga perkembangan serta pertumbuhan pribadi yang benar, seperti fokus kepada modifikasi perilaku, pengembangan keahlian menjalin hubungan pribadi, aspek seksualitas, nilai atau sikap yang dianut, dan pengambilan keputusan tentang karir. Layanan konseling kelompok dipandang tepat dalam membantu siswa meningkatkan komunikasi interpersonal dikarenakan konseling kelompok memiliki keunggulan dalam interaksi antar anggota yang tidak mungkin terjadi dalam konseling individual (Prayitno, 2004: 302).

Konseling kelompok ini, menurut Pauline Harrison (dalam M. Edi Kurnanto, 2013: 7) terdiri dari 4-8 orang anggota kelompok. Anggota kelompok juga dapat saling berinteraksi antara anggota yang satu dengan anggota yang lainnya. Interaksi yang terjadi dalam konseling kelompok tersebut adalah interaksi yang multiarah, interaksi antar anggota kelompok, anggota dengan pemimpin kelompok dan sebaliknya.

Fungsi utama dari pelaksanaan layanan konseling kelompok adalah pencegahan dan penyembuhan, sedangkan tujuan umum dari konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya komunikasi yang sering terganggu oleh perasaan, pikiran, wawasan, dan sikap yang tidak objektif, sempit dan tidak efektif (M. Edi Kurnanto, 2013:9). Tujuan khusus dari layanan konseling kelompok adalah terpecahkannya masalah yang dialami oleh anggota kelompok.

Hal lain yang menarik bahwa dalam layanan konseling kelompok setiap individu yang menjadi anggota kelompok diberikan kesempatan berinteraksi interpersonal yang khas, yang tidak mungkin terjadi pada layanan konseling individual. Interaksi sosial yang intensif dan dinamis selama pelaksanaan layanan, diharapkan tujuan layanan yang sesuai dengan kebutuhan-kebutuhan individu anggota kelompok dapat tercapai dengan tepat. Pada kegiatan konseling kelompok setiap individu mendapatkan

kesempatan untuk menggali tiap masalah yang dialami anggota. Kelompok dapat juga dipakai untuk belajar mengekspresikan perasaan, menunjukkan perhatian terhadap orang lain, dan berbagi pengalaman.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dapat digunakan guru bimbingan dan konseling dalam membantu menyelesaikan permasalahan mengenai bagaimana meningkatkan komunikasi interpersonal pada siswa di SMP Negeri 1 Pakem. Konseling kelompok memiliki banyak manfaat sebagai metode untuk membantu siswa menyelesaikan masalah-masalah pribadi yang dihadapi oleh siswa, terutama masalah komunikasi. Peneliti tertarik untuk memecahkan masalah komunikasi interpersonal pada siswa kelas VII B di SMP Negeri 1 Pakem dengan menggunakan teknik konseling kelompok.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian tindakan kelas yaitu penelitian yang bertujuan untuk menemukan fakta dan pemecahan masalah dalam suatu kelas guna meningkatkan kualitas tindakan yang dilakukan. Penelitian yang dikemukakan oleh Kemmis dan McTaggart yang menggunakan siklus sistem spiral yang masing-masing siklus terdiri dari rencana, tindakan, observasi, dan refleksi.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Pakem yang terletak di jalan Kaliurang Km17 Tegalsari, Pakembinangun, Pakem, Sleman, Yogyakarta. Penelitian dimulai pada bulan April dan berakhir pada bulan Mei 2015.

Analisis data dalam penelitian ini menurut Sugiyono (2007: 207) adalah kegiatan mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap data yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab setiap masalah, dan melakukan perhitungan dan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.

Siswa diperbolehkan untuk memilih jawaban tiap butir yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skor untuk skala komunikasi interpersonal yang positif secara berurutan adalah 4, 3, 2, 1. Skor untuk skala komunikasi interpersonal yang negatif secara berurutan adalah 1, 2, 3, 4.

Target/Subjek Penelitian

Subyek dalam penelitian ini adalah 8 siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem yang terdiri dari 1 siswa laki-laki dan 7 siswa perempuan. Subyek ini ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Kriteria yang akan dijadikan subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem yang skala komunikasi interpersonalnya termasuk dalam kategori sedang dan rendah setelah mengikuti *pre-test* yang peneliti berikan.

Prosedur

Model penelitian tindakan kelas ini sesuai dengan model Kemmis & McTaggart yang terdiri dari rencana, tindakan, observasi, dan refleksi. Penelitian ini terdiri dari 2 siklus dengan 4 tindakan pada masing-masing siklusnya. Kegiatan konseling kelompok menggunakan tema komunikasi dengan teman sebaya dan tiga subtema, yaitu membangun hubungan yang baik dengan komunikasi, berkata dan bersikap jujur, serta rela memaafkan dan mengakui kesalahan.

Prosedur dalam penelitian ini, adalah :

1. Peneliti melakukan observasi awal.
2. Mengidentifikasi beberapa permasalahan

- yang ada.
3. Membatasi/memfokuskan permasalahan yang akan di teliti.
 4. Fokus penelitian ini adalah untuk meningkatkan komunikasi interpersonal pada siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem.
 5. Peneliti berdiskusi dengan guru BK mengenai teknik konseling kelompok, cara melakukan tindakan, dan peran yang dilakukan oleh guru BK dalam melakukan tindakan penelitian.
 6. Peneliti menyusun skala komunikasi interpersonal berdasarkan aspek-aspek komunikasi interpersonal untuk diuji cobakan kepada subjek selain subjek penelitian, setelah dilakukan uji coba kemudian di skor dan dicari validitas serta reliabilitasnya.
 7. Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan menggunakan *SPSS* 16.00 diperoleh Reliabilitas sebesar 0,900. Menurut Saifuddin Azwar (2006: 128), reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berkisar antara 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya, sedangkan koefisien yang semakin rendah mendekati 0 berarti semakin rendah pula reliabilitasnya. Setelah dilakukan uji reliabilitas dengan *Alpha Cronbach* melalui program komputer *SPSS* seri 16, instrumen memiliki koefisien 0,900 dan menunjukkan bahwa instrumen penelitian memiliki reliabilitas yang tinggi serta memenuhi syarat karena lebih dari 0,6 dan hampir mendekati 1.
 8. Uji validitas instrumen yang diujicobakan kepada 29 siswa yang tidak terlibat dalam penelitian dianalisis dengan menggunakan rumus *product moment* pada taraf signifikansi 5%, $N=29$ dan dikonsultasikan dengan r-tabel 0,367 (Burhan Nurgiyantoro,dkk, 2009: 382), maka instrumen yang digunakan valid jika $r_{hitung} > r_{tabel}$.
 9. Item gugur dalam instrumen dihilangkan, item gugur sebanyak 10 item sehingga tersisa 30 item yang valid dan layak untuk digunakan sebagai instrumen penelitian.
 10. Peneliti memberikan tes sebelum tindakan (*pre-test*) kepada semua siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem, untuk mengetahui tingkat komunikasi interpersonal siswa sebelum diberikan tindakan.
 11. Peneliti mendapatkan subjek penelitian yang tingkat komunikasi interpersonal berada pada kategori sedang dan rendah.
 12. Peneliti melaksanakan tindakan penelitian (siklus) teknik pengumpulan data dengan skala, observasi dan wawancara.
 13. Menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Analisis data menggunakan teknik analisis *statistic deskriptif* (analisis data deskriptif) dengan persentase.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini, adalah data kuantitatif yang diperoleh dari skala komunikasi interpersonal, observasi, dan wawancara.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen skala komunikasi interpersonal, pedoman observasi, dan pedoman wawancara.

Teknis pengumpulan datanya adalah sebagai berikut:

1. Mengumpulkan data subjek penelitian.
2. Melakukan pengamatan terhadap siswa dan wawancara dengan guru maupun siswa.
3. Melakukan *pre-test* terhadap semua siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem dan di peroleh subjek penelitian.
4. Mengolah data

Teknik Analisis Data

Berikut ini adalah langkah-langkah pengkategorisasian komunikasi interpersonal dalam penelitian ini :

1. Menentukan skor tertinggi dan terendah

$$\begin{aligned}\text{Skor tertinggi} &= 4 \times \text{jumlah item} \\ &= 4 \times 30 \\ &= 120\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}\text{Skor terendah} &= 1 \times 30 \\ &= 30\end{aligned}$$

2. Menghitung mean ideal (M) yaitu $\frac{1}{2}$ (skor tertinggi + skor terendah)

$$\begin{aligned}M &= \frac{1}{2} (\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah}) \\ &= \frac{1}{2} (120 + 30) \\ &= \frac{1}{2} (150) \\ &= 75\end{aligned}$$

3. Menghitung standar deviasi (SD) yaitu $\frac{1}{6}$ (skor tertinggi - skor terendah)

$$\begin{aligned}SD &= \frac{1}{6} (\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}) \\ &= \frac{1}{6} (120 - 30) \\ &= \frac{1}{6} (90) \\ &= 15\end{aligned}$$

Jadi, dapat disimpulkan bahwa batas antara kategori tersebut adalah:

$$(M+1SD) = 75+15 = 90$$

$$(M-1SD) = 75-15 = 60$$

Rumus kategori skala komunikasi interpersonal adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Kategori Skor Komunikasi Interpersonal

No.	Kategori Kemampuan Interpersonal	Batas (Interval)
1.	Tinggi	Skor \geq (mean + SD) Jadi skor \geq 90
2.	Sedang	(mean - SD) \leq Skor < (mean + SD) Jadi 60 \leq Skor < 90
3.	Rendah	Skor < (mean - SD) Skor < 60

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tahapan dalam menganalisis perilaku prososial siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem adalah sebagai berikut :

1. *Pre-test* dilakukan kepada semua siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem, *pre-test* dilakukan untuk menentukan subjek penelitian. Setelah dilakukan *pre test* diperoleh hasil bahwa 8 siswa dari 32 siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem yang tingkat komunikasi interpersonal berada dalam kategori rendah dan sedang. *Pre-test* ini dilakukan sebelum peneliti melaksanakan tindakan pada siklus I. Hasil *pre test* diperoleh skor rata-rata 88,4 atau 74%. Berikut skor hasil siswa yang berada dalam kategori sedang dan rendah :

Tabel 2. Hasil Pre-Test

No	Subjek	Skor	Persentase (%)	Keterangan
1.	ALT	59	49,2%	Rendah
2.	AML	71	59,2%	Sedang
3.	AND	58	48,3%	Rendah
4.	EVT	82	68,3%	Sedang
5.	MLN	84	70%	Sedang
6.	RBK	59	49,2%	Rendah
7.	SKR	70	58,3%	Sedang
8.	YHN	75	62,5%	Sedang
Rata-rata		69,7	58,1%	

2. Dilaksanakan siklus I dengan memberikan empat tindakan mengenai komunikasi interpersonal, kemudian dilakukan *post-test I* untuk mengetahui perkembangan siswa. berikut hasil *post test I* :

Tabel 3. Hasil Post Test I

No	Subjek	Skor	Persentase (%)	Kategori
1	ALT	76	63,3%	Sedang
2	AML	89	74,2%	Sedang
3	AND	72	60%	Sedang
4	EVT	93	77,5%	Tinggi
5	MLN	91	75,8%	Tinggi
6	RBK	73	60,8%	Sedang
7	SKR	85	70,8%	Sedang
8	YHN	91	75,8%	Tinggi
Rata-rata		83,7	69,8%	

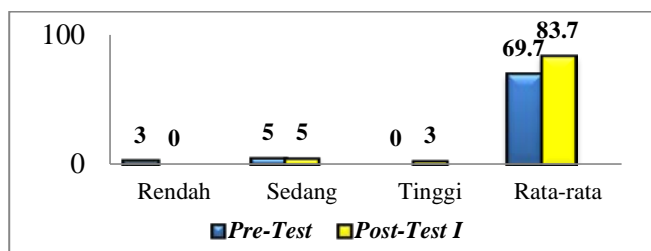
Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil skor rata-rata mencapai 83,7 atau 69,8% hasil *pre-test* adalah 69,7 atau 58,1% sehingga dapat diperoleh peningkatan sebesar 14 atau 11,7%. Presentase peningkatan ini diperoleh dari peningkatan *post-*

test I sebesar 83,7 dikurangi hasil rata-rata dari *pre-test* sebesar 69,7.

Hasil uji komunikasi interpersonal nilai Z adalah -2,524 dengan signifikansi 0,012 atau p lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$). Nilai $p < 0,05$ berarti bahwa ada perbedaan komunikasi interpersonal yang signifikan setelah dilakukannya siklus I

Setelah dilakukan tindakan pada siklus I ini siswa terlihat lebih mampu untuk berkomunikasi interpersonal dibanding dengan sebelum diberikan tindakan.

Berdasarkan hasil *post-test* I dari siklus I, peningkatan rata-rata pada skor dirasa kurang memuaskan dan memenuhi kriteria keberhasilan dari penelitian ini. Hasil dari siklus I dapat dilihat bahwa tidak ada siswa yang memiliki komunikasi interpersonal rendah, 5 siswa memiliki komunikasi interpersonal sedang, dan 3 siswa memiliki komunikasi interpersonal tinggi. Perbandingan skor komunikasi interpersonal *pre-test* dan *post-test* I dapat dilihat pada diagram berikut :



Gambar 1. Diagram Perbandingan Skor Pre-Test dan Skor Post-Test I

Hasil *Post Test I* ini sudah mengalami peningkatan, sudah tidak ada siswa yang berada di kategori rendah, terdapat 3 siswa yang berada di kategori tinggi dan 5 siswa berada di kategori sedang, namun hal tersebut belum memenuhi kriteria keberhasilan yang peneliti tentukan yaitu skor rata-rata mencapai 70% sehingga tindakan akan dilanjutkan ke siklus II.

3. Hasil dari *post test II*

Dilaksanakan siklus II dengan memberikan

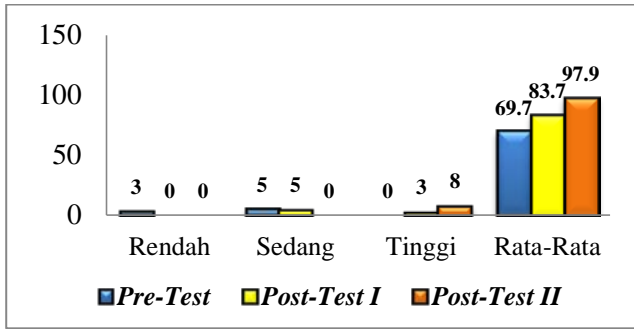
empat tindakan mengenai komunikasi interpersonal, kemudian dilakukan *post-test II* untuk mengetahui perkembangan siswa. berikut hasil *post test II* :

Tabel 4. Hasil *Post Test II*

No	Subjek	Skor	Persentase (%)	Kategori
1	ALT	93	77,5%	Tinggi
2	AML	100	83,3%	Tinggi
3	AND	91	75,8%	Tinggi
4	EVT	107	89,2%	Tinggi
5	MLN	102	85%	Tinggi
6	RBK	91	75,8%	Tinggi
7	SKR	96	80%	Tinggi
8	YHN	103	85,8%	Tinggi
Rata-rata		97,9	81,6%	

Hasil *pos- test II* diperoleh 97,9 atau sebesar 81,6%. Jika dibandingkan dengan hasil *pre-pest* sebesar 69,7 atau 58,1% diperoleh peningkatan skor sebesar 28,2 atau peningkatan diperoleh sebesar 23,5 %. Hasil rata-rata sebesar 81,6% tersebut menunjukkan bahwa hasil yang diperoleh sudah sesuai dengan kriteria keberhasilan. Presentase tersebut diperoleh dari skor rata-rata *post-test II* sebesar 97,9 dikurangi skor rata-rata dari *pre-test* sebesar 69,7 diperoleh 28,2 atau 23,5%. Hasil tersebut juga diperkuat dengan kategori yang dicapai oleh masing-masing siswa, semua siswa mengalami peningkatan dan berada dalam kategori tinggi. Hasil uji komunikasi interpersonal nilai Z adalah -2,533 dengan signifikansi 0,011 atau p lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$). Nilai $p < 0,05$ berarti bahwa ada perbedaan komunikasi interpersonal yang signifikan setelah dilakukannya siklus II

4. Hasil siklus I dan siklus II semua siswa sudah mengalami peningkatan dan semua berada pada kategori tinggi setelah dilaksanakan siklus ke II. Presentase setelah dilanjutkan ke siklus II sudah mencapai 81,6% yang artinya sudah melampaui kriteria keberhasilan yang sudah peneliti tentukan. Grafik peningkatan skor masing-masing siswa digambarkan sebagai berikut :



Gambar 2. Diagram Perbandingan Skor Pre-Test, Post-Test I, dan Post-Test II.

Diagram di atas menunjukkan bahwa *pre-test* terdapat 3 siswa yang memiliki kategori rendah, 5 siswa kategori sedang, dan tidak ada siswa dalam kategori tinggi. *Post-test I* siklus I menunjukkan bahwa tidak terdapat siswa yang termasuk dalam kategori rendah, 5 siswa memiliki kategori sedang, dan 3 siswa memiliki kategori tinggi. *Post-test II* menunjukkan bahwa sudah tidak ada lagi siswa yang termasuk dalam kategori rendah dan sedang, semua siswa telah termasuk dalam kategori tinggi. Nilai Z pada pengujian pratindakan dan siklus I sebesar -2.524 dan $p=0,012$ sedangkan pengujian siklus 1 dan siklus 2 menghasilkan nilai Z sebesar -2.533 dan $p=0,011$

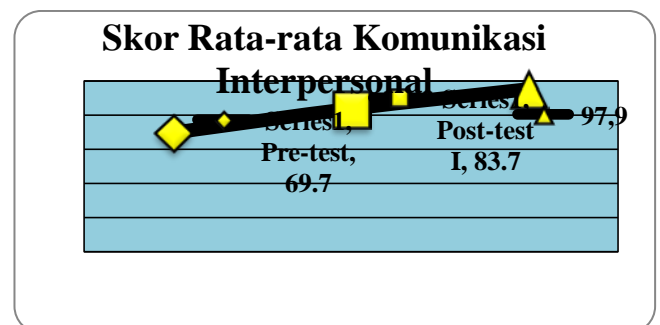
- Berdasarkan hasil observasi pun banyak dijumpai siswa sudah mulai mempraktekkan komunikasi interpersonal dengan menjaga perasaan lawan bicara, menunjukkan sikap empati dengan teman lainnya, berkatajujur, bersikap positif, tidak membeda-bedakan teman, dan lebih terbuka dengan teman yang lainnya.
- Hasil wawancara membuktikan bahwa siswa merasa nyaman, senang, lega, dan mengasyikkan saat mengikuti konseling kelompok. Dengan adanya konseling kelompok siswa lebih bisa menceritakan dan berbagi pengalaman dengan teman yang lain serta lebih paham mengenai komunikasi interpersonal.

Pembahasan

Hipotesis peneliti mengenai konseling kelompok dapat meningkatkan komunikasi interpersonal pada siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem terbukti, seperti yang telah diungkapkan oleh Winkel (dalam M. Edi Kurnanto 2013: 10-11) bahwa tujuan diadakannya konseling kelompok adalah agar setiap anggota kelompok mampu mengembangkan komunikasi antara satu dengan yang lain

Konseling kelompok untuk meningkatkan komunikasi interpersonal merupakan hal yang baru bagi kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem. Sesuai dengan pendapatnya Dewa Ketut Sukardi dan Desak P. E. Nila Kusmawati mengenai permasalahan yang dapat dibahas dalam konseling kelompok salah satunya adalah mengenai komunikasi.

Konseling kelompok dapat meningkatkan komunikasi interpersonal pada siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem, hal tersebut dapat diketahui dari skor rata-rata komunikasi interpersonal pada grafik berikut ini :



Gambar 3. Grafik Skor Rata-rata Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem.

Grafik di atas menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata dari *pre-test*, *post-test I*, dan *post-test II*. Hasil skor rata-rata skala komunikasi interpersonal pada *pre-test* sebesar 69,7 atau dengan presentase 58,1% dengan rincian 3 siswa memiliki kategori komunikasi interpersonal rendah dan 5 siswa memiliki kategori komunikasi interpersonal sedang.

Hasil skor rata-rata skala komunikasi interpersonal pada *post-test*I sebesar 83,7 atau dengan presentase 69,8% dengan rincian tidak ada siswa yang memiliki kategori komunikasi interpersonal rendah, 5 siswa memiliki kategori komunikasi interpersonal sedang dan 3 siswa memiliki kategori komunikasi interpersonal tinggi. Hasil skor rata-rata skala komunikasi interpersonal pada *post-test* II sebesar 97,9 atau dengan presentase 81,6% dengan rincian tidak ada siswa yang memiliki kategori komunikasi interpersonal rendah dan sedang dan semua siswa memiliki kategori komunikasi interpersonal tinggi.

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini sudah sesuai dengan kriteria keberhasilan yang telah ditetapkan oleh peneliti yaitu skor komunikasi interpersonal siswa meningkat minimal mencapai 70% atau skor mencapai > 90 atau semua siswa mencapai kategori tinggi.

Keterbatasan Penelitian

Selama proses penelitian dilakukan, peneliti menyadari bahwa masih terdapat keterbatasan. Keterbatasan yang dihadapi peneliti selama penelitian dilaksanakan adalah pada pertemuan ketujuh saat membahas mengenai rela memaafkan dan mengakui kesalahan terdapat salah satu siswa yang pulang terlebih dahulu dikarenakan tidak kuat menahan sakit maag yang mendadak kambuh dan ijin untuk tidak mengikuti sampai sesi penutupan. Guru BK dan peneliti tidak dapat memberikan pertolongan pertama seperti memberikan obat maag dikarenakan konseling dilaksanakan pulang sekolah dan ruang UKS sudah di kunci, sedangkan di ruang BK tidak terdapat obat-obatan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Penelitian menghasilkan *pre-test* diperoleh hasil sebesar 69,7 atau 58,1%, pada *post-test* siklus I diperoleh skor rata-rata perilaku prososial sebesar 83,7 atau sebesar 69,8%. Terjadi peningkatan sebesar 14. *Post-test* siklus II diperoleh hasil skor rata-rata sebesar 97,9 atau sebesar 81,6%. Peningkatan ini didukung dengan hasil uji *wilcoxon* menunjukkan nilai Z pada pengujian pratindakan dan siklus I sebesar -2.524 dan $p=0,012$ sedangkan pengujian siklus I dan siklus II menghasilkan nilai Z sebesar -2.533 dan $p=0,011$. Hasil *post-test II* ini sudah mencapai kriteria keberhasilan yang peneliti tentukan yaitu nilai rata-rata skor meningkat sebesar 70%, sehingga penelitian tidak dilanjutkan ke siklus selanjutnya.

Konseling kelompok dapat meningkatkan komunikasi interpersonal pada siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem, konseling dilakukan dengan dua siklus yaitu siklus I dan siklus II dengan tema komunikasi dengan teman sebaya dan tiga subtema, yaitu : membangun hubungan yang baik dengan komunikasi, berkata dan bersikap jujur, dan rela memaafkan serta mengakui kesalahan. Setiap siklus terdiri dari empat tindakan yang diikuti oleh 8 orang siswa.

Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian mengenai meningkatkan komunikasi interpersonal siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem melalui teknik konseling kelompok, terdapat beberapa saran sebagai berikut:

1. Guru pembimbing diharapkan dapat menggunakan teknik konseling kelompok sebagai salah satu teknik bimbingan di sekolah, khususnya dalam menangani permasalahan komunikasi interpersonal dalam membuka diri, berempati, bersikap

mendukung, bersikap positif, dan setara dengan yang lain.

2. Komunikasi interpersonal siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem telah mengalami peningkatan setelah diberikan tindakan melalui konseling kelompok. Disarankan untuk siswa agar dapat bersikap terbuka, berempati, sikap mendukung, bersikap positif, dan merasa setara dengan yang lain pada kehidupan sehari-hari untuk memperbaiki kualitas interaksi sosial.
3. Konseling kelompok dapat meningkatkan komunikasi interpersonal siswa kelas VII B SMP Negeri 1 Pakem. Pada penelitian ini, peneliti menemukan permasalahan komunikasi interpersonal yang bersifat pribadi, maka peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan konseling individual..

Supratiknya. (1995). *Komunikasi Antarpribadi Tinjauan Psikologis*. Yogyakarta: Kanisius (Anggota IKAPI).

Suranto Aw. (2011). *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewa Ketut Sukardi & Desak P. E. Nila Kusmawati. (2008). *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Gibson, R. L & Marianne H. Mitchell. (2011). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hurlock, E. B. (1997). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jalaluddin Rakhmat. (2003). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- M. Edi Kurnanto. (2013). *Konseling Kelompok*. Bandung: ALFABETA.
- Prayitno. (2004). *Seri Layanan Konseling : Bimbingan Konseling Kelompok*. Semarang: Bimbingan Konseling Unnes.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.